

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KETERAMPILAN
OLAHRAGA FUTSAL BERBASIS POLA PERMAINAN UNTUK SMP**



MUHTAR ASSHAGAB
7217130057

**PENDIDIKAN OLAHRAGA
PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2020**

DEVELOPMENT OF THE SKILLS FUTSAL SPORTS EXERCISE MODEL GAME-BASED PATTERN FOR JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

MUHTAR ASSHAGAB

ABSTRACT

This research is generally aimed to develop a the skills futsal sports exercise model game-based pattern for junior high school students. The specific objectives of this study are: 1) To find out how a the skills futsal sports exercise model game-based pattern for junior high school students; and 2) To find out if a the skills futsal sports exercise model game-based pattern is effective for junior high school students.

In the design of this study, the researcher referred to development model of Research and Development (R&D) of Borg and Gall. The results of the model is not only the development of an existing product but also to explore knowledge or answers to practical problems. Of the ten steps that exist in the model, the researcher made some adjustments as needed.

From the results of this study conducted through a series of expert evaluations, field trials, and discussion of research results indicate that this product is suitable for junior high school students. The results of the effectiveness test show that the mean value for the skills futsal exercise group using play-way unconventional model is 83,55 and the mean value for conventional group is 77,80 with t-test value is sig. 0,000 < 0,05.

Therefore, the skills futsal exercise model game-based pattern for junior high school students who develop talents and interests in extracurricular activities is effective to improve their abilities and is overall worthy of use.

Keywords: *exercise model, game-based pattern, junior high school students*

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KETERAMPILAN OLAHRAGA FUTSAL BERBASIS POLA PERMAINAN UNTUK SMP

MUHTAR ASSHAGAB

ABSTRAK

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk menghasilkan model latihan keterampilan olahraga futsal berbasis pola permainan untuk Sekolah Menengah Pertama (SMP). Secara khusus tujuan dari penelitian ini adalah: 1) Untuk mengetahui bagaimana model latihan keterampilan olahraga futsal berbasis pola permainan untuk SMP; dan 2) Untuk mengetahui apakah model latihan keterampilan olahraga futsal berbasis pola permainan efektif pada SMP.

Dalam rancangan penelitian ini, peneliti mengacu pada model pengembangan *Research and Development* (R&D) dari Borg and Gall. Hasil dari model ini tidak hanya pengembangan sebuah produk yang sudah ada melainkan juga untuk menemukan pengetahuan atau jawaban atas permasalahan praktis. Dari sepuluh langkah yang ada dalam model tersebut, peneliti melakukan beberapa modifikasi sesuai kebutuhan.

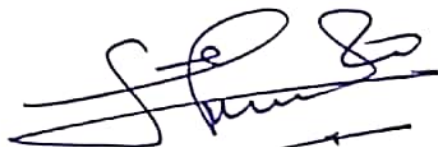
Dari hasil penelitian yang dilakukan melalui serangkaian evaluasi ahli, uji coba lapangan, dan pembahasan hasil penelitian menunjukkan bahwa produk ini layak digunakan pada SMP. Hasil uji efektivitas menunjukkan nilai *mean* untuk kelompok latihan keterampilan futsal berbasis pola permainan yang inkonvensional sebesar 83,55 dan nilai kelompok yang konvensional sebesar 77,80 dengan nilai *t*-hitung sig. $0,000 < 0,05$.

Dengan demikian, model latihan keterampilan futsal berbasis pola permainan untuk SMP yang mengembangkan bakat dan minat pada kegiatan ekstrakurikuler efektif untuk meningkatkan kemampuan mereka dan secara keseluruhan layak untuk digunakan.

Kata Kunci: Model latihan, Pola Permainan, SMP

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TERBUKA/PROMOSI DOKTOR**

Promotor



Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd
Tanggal : 7-8-2020

Co-Promotor



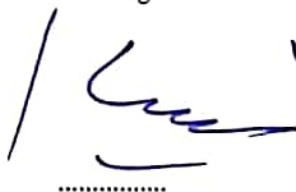
Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd
Tanggal : 3-8-2020

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Komarudin, M.Si
(Ketua)¹



24/08/2020

Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd
(Sekretaris)²



18-8-2020

Nama : Muhtar Asshagab

No. Reg : 7217130057

Tanggal Lulus :

¹ Rektor Universitas Negeri Jakarta







² Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

**PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN DISERTASI
SETELAH UJIAN TERTUTUP**

Nama : Muhtar Asshagab

No. Registrasi : 7217130057

Angkatan : 2013

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Prof. Dr. Ir. Ivan Hanafi, M.Pd (Ketua)		4/8-2020
2.	Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd (Sekretaris/Promotor)		7/8-2020
3.	Dr. Widiastuti, M.Pd (Kopromotor)		3/8-2020
4.	Prof. Dr. dr. James Tangkudung, SportMed, M.Pd (Penguji)		3/7-2020
5.	Dr. dr. Junaidi, Sp.KO (Penguji)		31/07-2020
6.	Prof. Dr. Adang Suherman, MA (Penguji Luar)		03/07-2020

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Disertasi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh Gelar Doktor dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Disertasi yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Disertasi ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.



Jakarta, Agustus 2020


Muhtar Asshagab



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN
KEBUDAYAAN UNIVERSITAS NEGERI
JAKARTA UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : MUHTAR ASSHAGAB
NIM : 7217130057
Fakultas/Prodi : Pascasarjana/Pendidikan Olahraga
Alamat email : masshagab@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☐ Skripsi ☐ Tesis ☒ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KETERAMPILAN OLAHRAGA FUTSAL
BERBASIS POLA PERMAINAN UNTUK SMP**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, Agustus 2020

Penulis

(MUHTAR ASSHAGAB)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena dengan segala rahmat dan karunia-Nya, Disertasi dengan judul “Pengembangan Model Latihan Keterampilan Olahraga Futsal Berbasis Pola Permainan untuk Siswa SMP” dapat terselesaikan. Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, sebab di yaumul akhir nanti kita semua akan memohon Syafaat-Nya.

Disertasi ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Doktor Pendidikan Olahraga pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (UNJ). Penulis menyadari bahwa Disertasi ini dapat diselesaikan berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak baik yang disadari atau tidak oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd selaku Promotor, juga kepada Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd selaku *Co-Promotor* yang telah banyak meluangkan waktu dan tidak bosan-bosannya dalam memberikan bimbingan serta mengarahkan penulis selama penyusunan Disertasi ini dari awal hingga Disertasi ini dapat diselesaikan.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Dr. Komarudin, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta (UNJ) dan Prof. Dr. Nadiro, MPd selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (PPs-UNJ), beserta segenap jajarannya yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menekuni Program Doktor di Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (PPs-UNJ). Demikian juga penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh dosen dan rekan-rekan mahasiswa yang telah menaruh simpati dan bantuannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Disertasi ini.

Akhirnya rasa terima kasih yang sangat mendalam penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta Ayahanda Dr. La Maronta Galib, M.Pd dan Ibunda Marlina, S.Pd dan adik-adik tersayang Sitti Mutiara Ningsih Asshagab, Sri Milawati Asshagab, Desti Monasari Asshagab, Tipe Sultan Ahmad Asshagab, Murah Rizki Novitasari Asshagab, Madania Asshagab, Mazrathul Zahra Ramadhani Asshagab, Muhammad Aljabar Mutohir Asshagab, Mentari Bintang Putri Ayu Asshagab.

Terimakasih juga kepada Istri tercinta Elvyn Nur Hastin dan anak-anakku, Nur Araswati Asshagab, Nur Vitha Purnama Asshagab, Nur Syifa Amirah Asshagab, Muhammad Farid Athallah Asshagab, dan Muhammad Danish Nufail Asshagab. yang telah memberikan dukungan moral dan perhatian serta kasih sayang yang mendalam sehingga pada akhirnya Disertasi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Jakarta, Agustus 2020

Muhtar Asshagab

DAFTAR ISI

ABSTRACT	ii
ABSTRAK	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Masalah	8
C. Perumusan Masalah	8
D. Kegunaan Hasil Penelitian	9
E. State Of the Art	10
 BAB II KAJIAN TEORETIK	 11
A. Konsep Pengembangan Model	11
B. Konsep Model yang Dikembangkan	26
C. Kerangka Teoritik	31
1. Konsep Latihan	31
2. Komponen Latihan	37
3. Sistem Energi	40
4. Keterampilan Olahraga Futsal	41
5. Konsep Bermain	48
6. Konsep Gerak (<i>motor learning</i>)	54
7. Karakteristik Anak SMP	57
D. Rancangan Model	63
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	 66
A. Tujuan Penelitian	66
B. Tempat dan Waktu Penelitian	66
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	66
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	67
E. Langkah-langkah Pengembangan Model	68
F. Instrumen Pengumpulan Data	74
G. Teknik Analisis	76
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 78
A. Hasil Pengembangan Model	78
B. Kelayakan Model	85
C. Efektifitas Model	90
D. Pembahasan	95
 BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	 99
A. Kesimpulan	99
B. Implikasi	100
C. Saran	100
 DAFTAR PUSTAKA	 103
LAMPIRAN-LAMPIRAN	109
RIWAYAT HIDUP	203